

## MOT DU PRÉSIDENT



Denis Guay, président

Ah! Cher printemps, comme il est toujours agréable de t'accueillir années après années! L'hiver, même s'il est beau, nous apparaît toujours trop long. Nous aimons sentir tes premiers rayons de soleil réchauffer nos corps et nos cœurs. Nous nous empressons d'ouvrir portes et fenêtres pour te laisser entrer chez nous et y renouveler l'air.

Comme pour les arbres qui reprennent vie après ces longs mois de dormance, notre énergie revient circuler en nous beaucoup plus librement. Nos yeux s'émerveillent devant la nature qui s'éclate à nouveau et qui resplendit de tant de fraîcheur.

Nous nous empressons d'enlever garages et tambours, nous remisons grattes et pelles, et nous enlevons une bonne couche de vêtements qui nous ont tenu au chaud pendant ces mois de froidure.

Et nous voilà à nouveau prêts pour de nouveaux projets. La vie de notre secteur a besoin de cette énergie nouvelle pour continuer à offrir à ses membres les belles activités qui les nourrissent et qui leur donnent le goût de vivre et de se projeter vers l'avant.

Pour vous donner ce qu'il y a de meilleur, nous avons besoin de la collaboration de vous toutes et tous. Ne lâchez pas, la moindre petite chose que vous faites contribue à rendre la tâche de votre conseil sectoriel plus humaine et plus agréable. N'attendez pas que l'on aille vous demander de l'aide, venez vous offrir et nous faire part de ce que vous êtes en mesure de faire pour le bien être de nous tous.

La vie de notre secteur repose sur les épaules de tous les membres.

Denis Guay, président



## TABLE DES MATIÈRES

Babillard	p. 2
Social de Noël	p. 3
Quilles et cinéma	p. 4
Lire et faire lire	p. 4
Rendez-vous hivernal...	p. 5
Toi l'homme, ...	pp.6-7
Le sociopolitique	p. 7
Convocation AGS	p. 8
Invitation aux bénévoles	p. 9
Convocation AGR	p. 10
Les sacs de plastique	p.11
Journée de la Terre	p.12
Fondation Laure-Gaudreault	p.12
Dernière chance pour le Salon...	p. 13
Journal d'activités 2017	pp.14-15
Coupon-réponse	p. 15
Projets de voyage 2017	pp. 16-17
Les Grands Explorateurs	p. 17
Nos membres disparus	p. 18
Informations utiles	pp. 19-20

## BABILLARD

<u>7 avril 2017</u>	<u>Michel Louvain et l' OSQ de Québec</u>
<u>8 et 9 avril 2017</u>	<u>Salon des loisirs créatifs</u>
<u>20 avril 2017</u>	<u>Assemblée générale du secteur AGS</u>
<u>21 avril 2017</u>	<u>Journée de la Terre</u>
<u>3 mai 2017</u>	<u>Musée des Augustines</u>
<u>8 au 23 mai 2017</u>	<u>Budapest, Vienne et Prague</u>
<u>17 mai 2017</u>	<u>Assemblée générale régionale AGR</u>
<u>12 juin 2017</u>	<u>Victoriaville</u>
<u>29 juin 2017</u>	<u>Théâtre Beaumont-St-Michel</u>
<u>6 juillet 2017</u>	<u>Île St-Bernard</u>
<u>23 juillet 2017</u>	<u>Bleu lavande et souper spectacle</u>
<u>4 août 2017</u>	<u>Spectacle Mary Poppins</u>
<u>15 au 21 août 2017</u>	<u>Manic 5, Manic 2 et les îles Mingan</u>
<u>23 août 2017</u>	<u>Déjeuner de la non-rentree</u> <u>Accueil des nouveaux retraités</u>
<u>19 septembre 2017</u>	<u>Musée national des Beaux-Arts</u>



## SOCIAL DE NOËL

*Jingle bells, Jingle bells, Jingle all the way!*

*Oh, what fun it is to ride in a one-horse open sleigh!*



C'est la chanson qui jouait à la radio de mon auto quand je suis arrivée à l'aréna de St-Henri ce 8 décembre 2016.

« Peut-être y a-t-il parmi les invités des personnes qui ont connu la promenade en traîneau attelé et qui arrivent ce soir en voiture électrique? » me suis-je demandée.



Ah! Les temps ont bien changé. Les moyens de transport se sont modernisés mais le goût de nous rassembler pour fêter à l'approche de Noël, lui, n'a pas changé.

Les invités arrivent vers 17 h 30. Ils sont « sur leur 36 » et affichent leur plus beau sourire. L'esprit de Noël est dans l'air, ça se voit!

À l'entrée, des membres de l'équipe nous accueillent chaleureusement et nous invitent à déguster un cocktail de bienvenue. La salle est magnifiquement décorée et la musique de fond nous met déjà dans l'ambiance.



Quand les quelque cent cinquante invités sont assis, M. Denis Guay, notre président, souhaite la bienvenue et explique le déroulement de la soirée. Claude Couture enchaîne avec un petit concours sur le thème de mélodies de Noël dont il faut deviner le titre en équipe. Tous se prêtent au jeu avec enthousiasme. S'ensuit un succulent repas préparé par Les Baillargeon. Au menu : salade de canard confit, volaille et son gratin dauphinois et pour terminer, le suprême de digérer; allons la direction Monsieur



Lionel

Deblois, les danseurs en ligne exécutent leurs pas de danse préférés alors que les couples s'adonnent à la danse sociale. D'autres en profitent pour échanger avec des collègues qu'ils sont heureux de retrouver.



En cours de soirée, le tirage de prix de présence en a favorisé plusieurs : billets pour les Grands Explorateurs, coupons cadeau pour des activités de l'AREQ. Madame Jeanne d'Arc Fortin fut l'heureuse gagnante du moitié-moitié.

Quelle belle soirée! Merci à tous ceux et celles qui se sont impliqué(e)s dans l'organisation et l'animation de cette activité qui clôture si bien l'An 2016.

Raymonde Roy



## QUILLES ET CINÉMA

**18 JANVIER 2016**



Par un beau temps sec et froid du mois de janvier, nous avons eu le privilège de vivre une belle journée sportive au Boul-O-Drome de Lévis le mercredi 18.

L'activité a débuté à 9 h pour se terminer vers 11 h 15.

Que de fous rires, d'exclamations « peppées » ou décevantes, d'encouragements (dalots ou pas) à continuer nos performances! Sic!

Après avoir vécu nos 3 parties dans la bonne humeur (petites et grosses

quilles), nous nous sommes dirigés vers la salle tout près où nous avons dégusté un succulent repas.

À cette occasion, nous avons eu droit à des souhaits de Bonne Année de notre président Denis Guay. Ce fut très apprécié.



Finalement, à midi trente, environ 40 personnes se sont dirigées vers le Cinéma Lido pour visionner un film à leur goût.

Somme toute, ce fut une journée bien remplie. À l'année prochaine!

Marthe Lamontagne



## LIRE ET FAIRE LIRE

**le plaisir de la lecture pour les enfants par des aîné(e)s bénévoles.**

([www.lireetfairelire.qc.ca](http://www.lireetfairelire.qc.ca)).

Cette activité éducative a été implantée au Québec depuis 2002.

Voici les 2 objectifs poursuivis:

- Susciter le plaisir de la lecture et le goût des livres chez les enfants.
- Favoriser les liens entre les générations.



Brièvement, je vous rappelle comment est vécue cette belle activité : 2 sessions par année, mardi, mercredi ou jeudi, au choix), par petits groupes et toujours les mêmes enfants (maternelle, 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> année), pour une durée de 8 semaines. CETTE ACTIVITÉ INTERGÉNÉRATIONNELLE basée sur le bonheur de lire se vit à 7 écoles de la région de Lévis et 2 écoles en Bellechasse (Ste-Claire et St-Anselme)

Seriez-vous intéressé(e) à relever ce défi? Vous n'avez qu'à contacter M<sup>me</sup> Nacia Béland, Écolivres, 42, rue Charles A.-Cadieux, Lévis, G6V 7Z6, au 418-835-5150. Ce bénévolat sera aussi favorable pour vous que pour les jeunes à qui vous donnerez de votre temps. Que demander de plus? Amicalement!

Madeleine St-Hilaire



## UN RENDEZ-VOUS HIVERNAL AVEC LE SOLEIL



### LA NATURE ET LE PLAISIR

Lundi le 20 février 2017, par une magnifique journée d'hiver, vingt-sept amateurs de plein-air, ayant peut-être délaissé pour quelques heures, leur ordinateur, leur livre de lecture, la pelle, le magasinage, se rendent au « Club de ski Bord de l'eau » de Saint-Henri pour une activité annuelle. C'est un rendez-vous avec le soleil, la nature et le plaisir.

A leur arrivée, Denis et Claude sont là avec leur bonne humeur pour accueillir les gens qui se sont inscrits. Certains partent en raquettes mais la plupart attachent leurs skis et se dirigent sur les différents sentiers dont les pistes sont fraîchement retracées du matin. Au cours de l'activité, les randonneurs ont l'occasion d'apprécier ce contact avec les éléments de la nature : les conifères et les feuillus ouvrant leurs bras en signe de bienvenue, le soleil radieux, le tapis immaculé, le bleu intense du ciel, les traces de chevreuils et de lièvres.

Quelques-uns s'arrêtent à mi-chemin pour faire une pause au petit refuge où ils peuvent observer des oiseaux qui se nourrissent aux mangeoires et des écureuils qui se promènent en quête de nourriture. Puis après avoir parcouru encore quelques kilomètres, tous se retrouvent au grand chalet, les joues rougies, les muscles bien éveillés, l'esprit clair et les papilles gustatives aiguisées. Pendant que les convives dégustent le savoureux dîner chaud, ils en profitent pour fraterniser et échanger joyeusement avec leurs collègues. La bonne humeur est palpable.



Quelques personnes prolongent ce bon moment autour d'un café tandis que d'autres retournent sur les pistes de ski. Tous sont heureux de cette belle journée d'activité. Je termine en citant le slogan du Club de ski de St-Henri « Dans l'fond, c'est SKI me faut!

A l'an prochain!

Fleur-Ange Morin



## TOI, L'HOMME, VOILÀ DES CONDITIONS POUR UNE RETRAITE RÉUSSIE

À la suite d'un sondage réalisé par l'équipe de recherche *Masculinités et Société de l'Université Laval*, il se dégage des grandes lignes dont celle de la difficulté pour l'homme de parler de ses émotions et de vivre seul les difficultés éprouvées.

Vulnérabilité et identité masculine ne vont pas de pair, l'homme n'aime pas se sentir vulnérable et être jugé, interprété, contrôlé par les autres. Il tient à être autonome, car pour lui l'autonomie est le symbole de la qualité propre de l'homme. L'homme ne peut pas concevoir qu'il ne puisse pas être maître de lui-même et être vulnérable. Il ne faut pas se surprendre qu'il aime mieux régler ses problèmes par lui-même, qu'il préfère attendre que le temps fasse son œuvre, qu'il ne veuille pas qu'une autre personne soit au courant de ses difficultés, car pour lui la vie privée est importante. *Je suis capable par moi-même, tout seul* semble être son guide de la vie de tous les jours.

### LES MOYENS DE SE DIRE

- En cas de détresse, l'homme utilise moins souvent son réseau social : il n'est pas à l'aise dans la communication de ses sentiments. C'est tout un défi que de partager ses besoins et certaines de ses émotions, cela lui semble être une montagne à gravir, car il n'a pas l'habitude et les mots pour se dire. Il trouve cela inhibant et inconfortable, il se trouve vulnérable et pas maître de la situation. Dans les moments difficiles, c'est souvent la conjointe qui est la première personne à qui l'homme se confie et la seule personne très souvent dans 84,5 % des cas et, dans 63 %, le médecin de famille est la deuxième personne interpellée. Et c'est elle qui prend l'initiative de la consultation auprès de personnes ressources et qui assure une continuité dans le réseau.
- Ainsi malhabile à communiquer, l'homme aurait avantage à se trouver des moyens propres à lui-même pour se raconter. Il est capable de liens spontanés avec les autres hommes, mais il n'aime pas entretenir une relation, un réseau d'amis où il doit livrer ses émotions.
- *Lorsqu'il se présente un problème, plus de 8 hommes sur 10 tentent de le résoudre seul.*
- *Plus de 35 % rapportent que, lorsqu'ils sont obligés de demander de l'aide, leur fierté en prend un coup.*

Pourquoi?

- *Je n'aime pas me sentir contrôlé par les autres (91 %)*
- *J'aime mieux régler mes problèmes par moi-même (74 %)*
- *Ça va se régler avec le temps (67 %)*
- *La vie privée est importante pour moi et je ne veux pas qu'une autre personne soit au courant de mes problèmes. (51 %)*

### Isolement et retraite réussie

Il n'y a qu'un pas à faire pour conclure que cette attitude, à savoir la solitude et l'isolement social, sont des facteurs qui nuisent au bonheur, que la qualité des relations sociales est préférable à la quantité et que la permanence des liens concoure au bonheur sauf si on est mal accompagné, à ce moment il vaut mieux être seul. Pour l'aider à communiquer, l'homme peut avoir des activités qui sont le prolongement de sa vie professionnelle; il peut envisager trois éléments :

- se débarrasser des stéréotypes rigides au regard des pertes d'autonomie,
- participer à la vie collective dans différents milieux,
- favoriser le développement et les contacts avec le réseau social.



## **Un réseau social aidant**

Il est toujours surprenant et enviable de voir les femmes trouver le moyen de se rencontrer lors d'un café, d'une activité, d'un voyage et d'échanger sur tous les sujets même les plus personnels. Elles ont un réseau social aidant. Les hommes ont de la difficulté à adhérer à un tel réseau et à entretenir des liens. Les femmes ont trouvé les façons de partager leurs émotions, il appartient aux hommes de trouver leurs propres moyens pour nouer entre eux des liens libérateurs.

Pour cela il faut se souvenir que :

- La solitude et l'isolement social sont des facteurs qui nuisent au bonheur.
- La qualité des relations sociales prévaut sur la quantité pour le bonheur.
- La permanence des liens concoure au bonheur sauf si on est mal accompagné, vaut mieux être seul.



Michel Jacques  
Condition des hommes

---

## **SOCIOPOLITIQUE**

### **PROJET DE LOI 115**

La loi 115 prévoit des mesures visant à lutter contre la maltraitance envers les personnes en situation de vulnérabilité en imposant l'obligation d'adopter une politique de lutte contre la maltraitance, en facilitant le signalement et en favorisant un processus d'intervention.

On peut définir la maltraitance comme un geste singulier ou répétitif d'ordre physique, cognitif ou psychologique dans une relation où il devrait y avoir de la confiance et qui cause du tort ou de la détresse.

La politique contre la maltraitance doit s'appliquer envers les personnes qui reçoivent des services de santé et des services sociaux dans un établissement ou à domicile.

Si vous vivez de la maltraitance ou êtes témoin d'une situation de maltraitance et désirez avoir de l'aide ou de l'information communiquer avec la ligne « Aide Abus Aînés » 1-888-489-2287.



La maltraitance des personnes âgées, c'est inacceptable.

Jacques Olivier, comité sociopolitique

---

## **TIRAGE DE 5 000 \$ PAR LA FONDATION LAURE-GAUDREAU**

Ce tirage se fait à l'échelle provinciale. Il aura lieu à tous les trois ans, soit l'année du congrès.

Le tirage se fait à la fin du congrès. Il y a 5 000 \$ en prix : 1 prix de 2 000 \$. 2 prix de 1 000 \$ et 2 prix de 500 \$. Chaque billet coûte 5\$. Notre secteur en aura en vente lors de nos activités.

Madeleine St-Hilaire se fera un plaisir de vous les offrir.



# 2016-2017 CONVOCATION

Assemblée générale des membres de  
l'AREQ région 03 G secteur Louis-Fréchette

**Jeudi 20 AVRIL 2017**

**Accueil : 8 h 45**

**AGS : 9 h 15**

Les membres de l'AREQ région 03 G, secteur Louis-Fréchette sont convoqués  
à l'assemblée générale sectorielle de l'Association au Centre récréatif de St Henri.

## PROJET D'ORDRE DU JOUR

Bienvenue!

Nomination de la présidence d'assemblée

Nomination de la présidence d'élection et au secrétariat d'élection

1. Présentation et adoption de l'ordre du jour
2. Présentation et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale tenue à St-Henri le 12 avril 2016.
3. Rapport de la présidence
4. Rapport de la trésorerie.
5. Présentation et adoption du rapport financier 2016-2017
6. Présentation et dépôt de l'état des produits et charges
7. Rapports : FLG, assurances, indexation, environnement, téléphonistes, condition des femmes, condition des hommes, sociopolitique, les Grands Explorateurs, nécrologie, calendrier, personnes amies, bulletin sectoriel et comité des Aîné(es)
8. Nomination de la délégation au Congrès de 2017
9. Élections (\*)
10. Mot de Mme Pierrette Simoneau, présidente régionale
11. Période de questions, commentaires, propositions, recommandations...
12. Tirage des prix de présence.
13. Présentation des artisans et artisanes et attribution de prix
14. Levée de l'assemblée.

Vers 11 h 30 Reconnaissance à nos bénévoles

Vers 12 h Dîner chaud (service de bar) (10 \$ membres, 18 \$ non-membres, gratuit pour bénévoles)

\*Il y a élection au poste de présidence, de secrétaire, de 2<sup>e</sup> vice-présidence et de 2<sup>e</sup> conseiller. Le poste de 1<sup>er</sup> conseiller est aussi à combler puisqu'il est toujours vacant. Nous profitons de cette assemblée pour poser un geste de reconnaissance envers nos membres bénévoles.



## À nos Bénévoles !

Bienvenue à votre journée de reconnaissance !

C'est grâce à votre implication que notre association est aussi vivante, voire dynamique !

Merci de donner de votre temps, énergie et talent à la disposition de tous et chacun !

Nous avons besoin de vous !

Nous désirons vous remercier d'une manière spéciale lors de l'AGS, jeudi le 20 avril 2017

Pour cette occasion, le dîner vous sera offert gratuitement accompagné d'un souhait. . .

Encore une fois, un gros merci pour votre dévouement et votre générosité !

Votre Conseil sectoriel

AREQ 03 G

Veillez remettre votre inscription à Louise Guay  
avant le 10 avril 2017

Merci !





Québec-Chaudière-Appalaches

A1617-AGR-OJ-01

**CONVOCATION**

28<sup>e</sup> Assemblée générale des membres de  
l'AREQ Région 03, Québec-Chaudière-Appalaches  
Date : le mercredi 17 mai 2017  
Heure : 9 h 00

Les membres de l'AREQ Région 03, Québec-Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le mercredi 17 mai 2017 à l'Hôtel Québec, 3115, avenue des Hôtels, Québec, QC

**S.V.P. Apporter votre carte de membre.**

**PROJET D'ORDRE DU JOUR**

Mot de Bienvenue

Nomination de la présidence d'assemblée.

Nomination de la présidence d'élection et au secrétariat d'élection.

1. Présentation et adoption de l'ordre du jour de la 28<sup>e</sup> Assemblée générale A1617-AGR-OJ-01.
2. Présentation et adoption du procès-verbal de la 27<sup>e</sup> Assemblée générale A1516-AGR-PV-01.
3. Présentation et mot d'un membre du Conseil exécutif national.
4. Rapport de la présidence et des responsables de comités.
5. Rapport de la trésorerie :
  - 5.1 Présentation et dépôt du rapport financier régional 2015-2016.
  - 5.2 Présentation et adoption de l'état des produits et charges 2016-2017 (au 30 avril 2017).
6. **Point fixe À 13 H 30** : Remise des bourses AREQ
7. Bilan du Plan d'action
8. Élections aux 5 postes du Conseil Exécutif.
9. Reconnaissances
10. Autres sujets
11. Présentation des artistes et résultat du vote du « Coup de cœur » (1 œuvre de 3 artistes, par secteur).
12. Tirage de prix de présence : (L'œuvre « Coup de Cœur »).
13. Mot de la nouvelle présidence régionale.
14. Levée de l'assemblée.

Québec, le mardi 22 novembre 2016

*Pierrette Simoneau*  
Présidente régionale

*Pierre Asselin*  
secrétaire régional

**Horaire de la rencontre régionale**

9 h 00	Accueil et inscription	Dîner: Inscription obligatoire auprès de votre Conseil sectoriel
9 h 30	Assemblée générale régionale	
11 h 45	Point fixe: Ajournement pour la tenue de l'Assemblée générale de la Fondation Laure Gaudreault	
12 h 15	Dîner	
13h 30	Reprise de l'Assemblée générale régionale	



## LES SACS DE PLASTIQUE

Si vous avez feuilleté le « *Quoi de neuf* » Hiver 2017, vous avez certainement pris connaissance du dossier « *Des Continents de plastique* » dans nos océans. Mme Evelyne Daigle faisait partie de l'équipage du Sedna IV avec Jean Lemire. Elle a été à même de constater les méfaits de notre utilisation du plastique sur la pureté de nos océans.

Le plastique nous rend de précieux services. Il ne faut pas le nier. L'utilisation que nous en faisons commence à se retourner contre nous. Voici quelques chiffres tirés de son article et qui nous font réfléchir :

- 8 millions de tonnes de plastique sont jetés à la mer chaque année.
- Au Québec, près de 1 milliard de petites bouteilles de plastique sont utilisées chaque année.
- Un sac de plastique jetable à usage unique prend 1 minute à produire et des centaines d'années à se décomposer.
- Au Québec en 2010, nous avons consommé 1 milliard de ces sacs.
- Les microbilles de plastique de polyéthylène et polypropylène présentes dans les produits de bain, nettoyants pour visage, pâte à dents, crèmes, vernis à ongles... et qui sont de la grosseur de moins de 1 millimètre, ne peuvent pas être filtrées par nos usines d'épuration des eaux.

Voilà en bref notre utilisation du plastique, maintenant quels en sont les effets sur la nature et nos cours d'eau?

Plusieurs dizaines d'espèces marines meurent de cette pollution.



- Les tortues confondent méduses et sacs de plastique pour leur nourriture.
- Les oiseaux de mer rapportent à leurs oisillons : bouchons de plastique, stylos, briquets... l'autopsie de leurs estomacs en témoigne.



-En Taiwan en 2014, une grande baleine a été trouvée morte. Son système digestif contenait assez de plastique pour remplir le godet d'une pelle mécanique.

-Selon la Fondation Ellen MacArthur, en 2050, il y aura plus de plastiques que de poissons dans nos océans.

Devant toutes ces données, il est bon de s'interroger, chacune et chacun sur notre façon d'utiliser le plastique autour de nous en particulier les sacs de plastique que nous utilisons pour faire notre épicerie ou encore à la boucherie.

Denis Guay



---

## ACTIVITÉ EN ENVIRONNEMENT

Votre comité sectoriel en environnement vous prépare pour l'automne prochain une activité qui, nous l'espérons, vous comblera et vous permettra de découvrir encore plus les richesses de notre coin de pays. Plus nous connaissons notre milieu de vie plus nous profiterons de ses richesses.

Nous sommes en relations avec le comité de tourisme de Bellechasse, entre autres, afin de connaître tout ce que nous pouvons découvrir chez nous. Nous avons des artisans qui sont des pionniers dans certains domaines et qui viennent de gagner des prix au niveau provincial. Je pense, entre autres, à Cassis et Mélisse dont le journal *le Soleil* en faisait mention cette semaine. Ils innovent dans leur domaine. Il serait agréable d'aller chez eux pour les connaître davantage.

Il y a également des richesses historiques, scientifiques qu'il nous serait agréable de connaître un peu plus. Je pense au musée des religieuses Notre-Dame du Perpétuel Secours que plusieurs d'entre nous n'en connaissent pas l'existence. Ce serait enrichissant de découvrir ce qu'elles conservent depuis tant d'années d'activité à Saint-Damien.

Nous mijotons une sortie pour l'automne prochain. Ainsi dans le *Nouvel Envol* qui sortira à l'été 2017, vous trouverez tous les détails concernant cette activité. Ainsi nous vous disons à bientôt.

Votre comité en environnement

---

## FONDATION LAURE-GAUDREULT

Bonjour à toi!

Je saisis l'occasion pour partager avec vous la lecture d'une courte biographie : *Hommage à M<sup>me</sup> Laure Gaudreault* (sur Internet : <http://www.ahuntsicest.areq.lacsq.org> dans le menu FLG). À la suite de cette lecture, vous connaîtrez davantage la personne qui nous a permis de bénéficier d'un bon fonds de retraite.

Si vous désirez « être plus à jour » sur le fonctionnement et le vécu de la F.L.G, vous n'avez qu'à consulter notre site internet (<http://www.fondationlg.org>) chaque année, on y fait des « mises à jour ».

En étant ainsi mieux informé, on peut, en tant que membre ou personne amie, exprimer notre reconnaissance en devenant membre à vie pour seulement 10 \$ ([www.fondationlg.org](http://www.fondationlg.org) ou [www.areq.qc.net](http://www.areq.qc.net)) ou par la poste (au besoin, me demander les formules d'inscription).

En lisant le *Quoi de neuf*, automne 2016, p. 18, on peut y lire : « La F.L.G. vend au coût de 10 \$ de belles cartes de condoléances, tout en constituant un don, elles permettent de livrer un message à la famille ». On peut s'en procurer par l'entremise du site internet ou par la poste. De plus, des reçus d'impôt vous seront remis.

Rappel: Il reste encore quelques exemplaires « *Laissons des traces* », livre publié par notre AREQ, les profits de la vente seront versés à notre Fondation.

Je vous remercie de votre collaboration.

Madeleine St-Hilaire, responsable F.L.G. de notre secteur



## **DERNIÈRE CHANCE POUR LE SALON DES LOISIRS CRÉATIFS**

Le **11<sup>e</sup> Salon des loisirs créatifs** aura lieu à la Maison des Aînés, au 10, rue Giguère à Lévis, le 8 avril 2017 de 12 h à 17 h et le 9 avril de 10 h à 16 h. Plusieurs types d'**ateliers** et de **démonstrations** vous sont proposés.

### **Samedi :**

9 h Fabrication de pain avec **André Lacasse** (maximum de 5 personnes) gratuit. **Complet**  
**Matériel à apporter** : grand plat pour préparer la pâte, un linge à vaisselle, une tasse à mesurer de 2 à 4 tasses.

13 h 30 Fabrication de foulards de soie avec **Huguette Allen**, coût environ 10 \$  
Il y aura trois groupes de 6 personnes : 13 h 30, 14 h 15 et 15h. Vous devrez préciser l'heure au moment de votre inscription.  
**Matériel à apporter** : Un plat moyen en pyrex transparent de forme rectangulaire si possible (il doit rentrer dans un micro-ondes), un pinceau de 1/4 à 3/8 pouce, des gants jetables, un tablier.

### **Dimanche :**

10 h 30 Atelier démonstratif avec **Gérald Prévost**  
Sculpture d'une pièce de jeu d'échec en bois  
Gratuit et inscription obligatoire

13 h 30 Atelier démonstratif avec **Yves Bouvrette**  
Sculpture d'une statuette faite de tissu  
Gratuit et inscription obligatoire

Pour les ateliers et démonstrations, svp, vous inscrire à Jeanne-d'Arc Turcotte, au 418-885-4067 ou [jeannetur@globetrotter.net](mailto:jeannetur@globetrotter.net)

**Musique d'ambiance pendant le Salon** : Tout au long du Salon, nos musiciens seront présents pour vous divertir. Vous pourrez entendre **M<sup>me</sup> Danielle Lambert** au piano le samedi de 12 h à 13 h et **M. Michel Morin** accompagné de sa guitare de 13 h 30 à 15 h 30.

Le dimanche à 13 h 30, le duo **Pierre Bilodeau et Simone Labbé** saura vous divertir.

**Au Coin Bistro**, Camille Pelletier et Réjeanne Gosselin vous serviront soupes et gâteries.

Madeleine St-Hilaire et Gaston Brisson vendront graines de semence, plantes et livres usagés au profit de la **FLG**. N'oubliez pas de les apporter au début du Salon et de bien les identifier.

Venez nous rencontrer! Plus d'une trentaine d'artistes et artisans exposeront leurs œuvres. De nombreux prix de participation seront tirés parmi les visiteurs. Les tirages se feront le samedi et le dimanche.

Votre présence nombreuse assurera encore une fois le succès de cet événement.



Jeanne-d'Arc Turcotte



## JOURNAL D'ACTIVITÉS 2017

### RAPPEL : POLITIQUE POUR LES PRÉSENCES AUX ACTIVITÉS

- **Il est obligatoire de s'inscrire en tout temps.** Pour les activités de plus de 10 \$, nous vous demandons de nous faire parvenir un chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** en y inscrivant le nom de l'activité. N'oubliez pas d'inclure le coupon-réponse avec votre chèque. Nous vous remercions de respecter le délai prévu.
- Vous **pouvez vous inscrire à plus d'une activité à la fois**; les placer dans la même enveloppe, mais **faire un chèque par activité.**
- **Si un imprévu vous empêche de participer à une activité à laquelle vous êtes inscrit**, vous devez nous en avvertir au moins deux jours à l'avance sinon, nous ne pourrions vous rembourser.
- **Aussi, si vous vous êtes inscrit et qu'exceptionnellement, nous n'avions pas reçu le paiement à l'avance**, nous vous demandons de nous faire parvenir votre contribution en tenant compte que nous avons commandé et payé un repas pour vous.

\*\*\* N'oublions pas que le conseil sectoriel a la responsabilité de gérer l'argent des membres et qu'il prend ses décisions en conséquence.

### Assemblée générale du secteur, AGS

Le jeudi 20 avril 2017

Lieu : Aréna de Saint-Henri Détails en p. 8  
Accueil : 8 h 45  
Assemblée générale : 9 h 15

#### Reconnaissance aux bénévoles

**Exposition des œuvres :** Invitation aux membres artistes qui désirent exposer une ou deux œuvres, communiquez avec Lise Patoine au 418-479-2900 ou par Internet [lisepatoine@globetrotter.net](mailto:lisepatoine@globetrotter.net), avant le 1<sup>er</sup> avril.

Dîner chaud sur place

Service de bar

Coût du repas : membre 10 \$, non-membre 18 \$, gratuit pour bénévoles

Inscription obligatoire avant le 10 avril, chèque à l'ordre de **AREQ 03 G**, faire parvenir à Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2

Pour les bénévoles, inscription par téléphone au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)

### Assemblée générale régionale AGR et la FLG

Le mercredi 17 mai 2017

Lieu : Hôtel Québec, 3115, avenue des Hôtels, Québec L'inscription se fera auprès de Denis Guay lors de l'AGS.  
Coût : 10 \$ Détails en p. 10  
Accueil : 9 h  
AGR : 9 h 30  
Dîner : 12 h 15

### Déjeuner de la non-rentree

Le mercredi 23 août 2017

#### Accueil des nouveaux retraités

À la maison des Aînés.

Placez aussi cette date à votre agenda. Les détails de cette rencontre vous seront fournis dans le prochain bulletin sectoriel.



**VOUS AIMEZ LES ACTIVITÉS DE L'AREQ?  
COUPON-RÉPONSE**

Les coupons serviront à vous inscrire à chacune des activités. Nous vous remercions de réserver à l'avance; cela facilite une bonne administration et un meilleur accueil. Votre téléphoniste vous communiquera de plus amples renseignements pour certaines activités et pour les autres, les détails sont dans le *NOUVEL ENVOL* ou sur le site internet.

**Faire votre chèque à l'ordre de AREQ 03 G.**

**N.B. Faire un chèque séparément pour chaque activité en y précisant le nom de cette activité.**



**Assemblée générale de secteur (AGS)**

**Le jeudi 20 avril 2017**

Lieu : Aréna de Saint-Henri, 120 rue Belleau (près de l'Église)

Coût du repas et de la conférence : 10 \$ pour les membres      gratuit pour les bénévoles  
18 \$ pour les non-membres      service de bar

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque avant le 10 avril 2017 à l'ordre de **AREQ 03 G** à Mme Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2.

Pour les bénévoles, s'inscrire au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca).



**Assemblée générale régionale (AGR)**

**Le mercredi 17 mai 2017**

S'inscrire auprès de Denis Guay lors de l'Assemblée générale de secteur (AGS).



## PROJETS DE VOYAGES POUR 2017



Claire Buteau au 2315, rue Bellevue  
Lévis (Québec) G6W 2T9 tél. : 418-839-6759



Courriel : [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com)

Svp, avant de faire parvenir votre chèque, il faut me donner votre nom.

Je vous remercie de placer le dépôt et le paiement final dans le même envoi et de bien noter sur vos chèques le nom du voyage et votre numéro de téléphone. (Je paie mon voyage comme tous les participants et les gratuités sont repartagées entre tous les participants). Vous pouvez avoir des invités.

Si vous préférez, vous pouvez ne faire qu'un chèque pour un voyage d'un jour. SVP placer les deux chèques dans le même envoi. Merci de respecter les dates pour les paiements!

N. B. Vous trouverez tous les détails sur le site Internet de l'AREQ Louis-Fréchette :

<http://louisfrechette.areq.lacsq.org/>. Merci à Martine et à Jacques pour la mise à jour!

### **VISITE GUIDÉE DU MUSÉE DES AUGUSTINES (COMPLET) LE MERCREDI 3 MAI 2017**

Départ de Lévis à 9 h arrêt à St-Romuald 9 h 10 au 420, Taniata, Liquidation Conteneur.

Visite guidée du musée des Augustines, dîner, puis temps libre.

### **BUDAPEST, VIENNE, PRAGUE (COMPLET)**

**DU 8 AU 23 MAI 2017**

Rencontre le 1<sup>er</sup> mai (remise des documents) au Normandin Lévis, à 9 h 10. Invitation à venir déjeuner à 8 h 30 à vos frais (svp me donner votre nom) Un beau moment pour échanger!

### **VISITE GUIDÉE DE VICTORIAVILLE ET ARTHABASKA**

**LE LUNDI 12 JUIN 2017**

Visites, dîner, souper.

Spectacle de Sylvain Laporte, 145 \$.

Me faire parvenir le chèque, au nom de *Hôtel le Victorin*, spécifier votre lieu de départ, Lévis ou St-Romuald.

### **THÉÂTRE BEAUMONT ST-MICHEL OU SOUPER THÉÂTRE LE JEUDI 29 JUIN 2017**

Réserver et payer avant le 1<sup>er</sup> mai.

*Le pourboire du repas n'est pas compris.*

Chèque daté du 1<sup>er</sup> juin au montant de 40 \$ ou souper-théâtre 72 \$ *au nom de Claire Buteau.*

### **TRÉSORS DE L'ÎLE ST-BERNARD**

**LE JEUDI 6 JUILLET 2017**

Départ de Lévis au Génie Bleu, se présenter à 7 h 10, arrêt à St-Romuald à 7 h 20, spécifier votre lieu de départ,

### **VISITE DE BLEU LAVANDE ET SOUPER SPECTACLE LE SAMEDI 23 JUILLET 2017**

Départ de Lévis à 11 h avec un arrêt à St-Romuald

Hôtel Chéribourg (interprétation des chansons de Brel, Dalida, Aznavour),

Coût 147 \$, inclus : visite, souper-spectacle, transport et pourboires.

Chèque au nom de l'*Hôtel le Victorien* daté du 1<sup>er</sup> mai.



**COMÉDIE MUSICALE MARY POPPINS (COMPLET)**

Départ de Lévis 18 h 15 avec un arrêt à St-Romuald.

**Le vendredi 4 août 2017**

**MANIC 2 ET 5 ET LES ÎLES MINGAN**

Départ de l'agence Club Sélect au 874, rue Archimède, Lévis.  
Paiement final daté du 30 juin.

**DU 15 AU 21 AOÛT 2017**

**MUSÉE NATIONAL DES BEAUX-ARTS DU QUÉBEC LE MARDI 19 SEPTEMBRE 2017**

Départ de Lévis, avec un arrêt à St-Romuald au 420, Taniata (autobus scolaire).

Visite commentée durée 1 h ½ : Les coups de cœur du pavillon Lassonde.

Dîner, suivi d'un temps libre. Coût par participant pour la visite guidée : 21 \$, +coût pour le transport 9 \$, + dîner à vos frais.

Projets à venir

**Pour mai 2018, La Grèce, détails à venir**

**Le 16 août 2018**, Notre Dame de Paris, au Grand Théâtre de Québec, coût 160 \$ pour le billet et le transport en autobus scolaire. (Billets encore disponibles)

**Sondage** : Si Terre-Neuve vous intéresse en juillet 2018 (environ 4000 \$), svp en informer Claire Buteau.

## **LES GRANDS EXPLORATEURS**

### **SAISON 2017-2018**

Nous voici déjà à l'aube d'une nouvelle saison. Des films enthousiasmants, présentés par des cinéastes globe-trotteurs, permettront d'affirmer que *Les Grands Explorateurs* n'ont pas pris une ride depuis 45 ans! Venez les voir!!

Voici la programmation pour la saison 2017-2018 :

- Un thé au Japon
- Texas, l'étoile solitaire
- Cuba, l'île de tous les espoirs
- Laos, au cœur de l'Asie du Sud-Est
- La Côte Est en moto, de Montréal à Key West
- Croatie, un trésor en Méditerranée
- Hors-série Classique : Compostelle, sur le chemin de Saint-Jacques
- Hors-série Découverte : Afrique de Sud, au pays arc-en-ciel

Pour vous qui recevrez prochainement votre avis de réabonnement, je vous téléphonerai.

Une invitation spéciale aux jeunes retraités (es) : venez découvrir une façon de voyager très enrichissante et très intéressante. Les Grands Explorateurs vous attendent!!

Si vous pensez vous abonner, communiquez avec moi et je vous donnerai les informations. C'est très facile.

À bientôt et de belles soirées avec LES GRANDS EXPLORATEURS!!



Denise Leclerc 418-837-3872



## **NOS MEMBRES DISPARUS**

Le samedi, 5 novembre 2016, à l'âge de 77 ans et 5 mois, est décédé monsieur Normand Guay. Celui-ci a enseigné en enfance exceptionnelle à l'école Marguerite-d'Youville.

Il demeurait à Lévis.

Le mercredi, 25 janvier 2017, à l'âge de 81 ans et 1 mois, est décédée madame Gabrielle Morin. Celle-ci occupait le poste de secrétaire à la Commission scolaire régionale Louis-Fréchette. De plus, elle apporta son aide au Comité directeur de l'AREQ Louis-Fréchette durant de nombreuses années.

Elle demeurait à Lévis.

## **NOS CONDOLÉANCES À**

**Mesdames Céline et Liliane Laverdière**, leur frère M. Raoul Laverdière.

**Mme Francine Sénéchal**, son frère M. Yvon Sénéchal.

**Mme Fleur-Ange Morin**, son frère M. Lucien Morin.

**M. Jean-Louis Morin**, son frère M. Lucien Morin.

**M. Gérard Marcotte**, sa sœur Mme Rita Marcotte.

**Mme Madeleine Létourneau**, son frère M. Roger Létourneau.

**Mme Louisa Provost**, son conjoint M. Lucien Jacques.

**Mme Rose-Ange Brousseau**, sa sœur Mme Micheline Brousseau.

**Mme Marie-Claire Labrecque**, son conjoint M. Clément Asselin.



.....  
• **Dorénavant, seuls les avis de décès** des membres, de leurs parents (père et mère),  
• enfants, conjoint ou conjointe, frères et sœurs seront mentionnés dans le journal. Vous  
• pouvez nous les faire connaître en communiquant avec Jacques Brouard au 418-882-0715  
• ou par courriel à : [brouard.j@videotron.ca](mailto:brouard.j@videotron.ca).  
.....



## **QUELQUES PENSÉES**



*« Nous gagnons votre vie par ce que nous recevons mais nous faisons une vie par ce que nous donnons. »*

*Winston Churchill*

*« Fuis les éloges mais essaie de les mériter. » François Fénelon*



Autres informations utiles

**Maison des Aînés de Lévis**, un lieu très dynamique à découvrir :  
Cours, déjeuners conférences donnés par l'Université Laval.  
Information 418-656-3202 ou 1-800-785-2825  
Ateliers, internet, danses, activités diverses. Information 418-838-4100

**Patro de Lévis** : Loisirs, entraide communautaire et bénévolat  
Ateliers, cours pour tous les goûts et autres activités. C'est un milieu à découvrir!  
**Information 418-833-4477**

C'est tellement rapide! Vous aimeriez recevoir les informations concernant les activités de l'AREQ par courriel, c'est facile. Faites-moi parvenir un message à [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com) et cela me fera plaisir de vous les acheminer.

Protections RésAUT CSQ et la Personnelle  
Merci à M. Jocelyn Roy des protections RésAUT CSQ qui nous a fait parvenir de très beaux cadeaux comme prix de présence pour l'accueil des nouvelles et nouveaux retraités.

Centre de femme l'Ancre 4535, boul. Guillaume-Couture Lévis  
Cafés-rencontres, les jeudis de 13 h 30 à 15 h 30  
Information 418-838-3733

Si vous changez d'adresse, nous vous prions de communiquer avec l'AREQ provincial au 418-525-0611 ou 1-800-663-2408

**Avis**  
Les articles n'apparaissant pas dans ce journal sont conservés afin d'être publiés dans une prochaine édition.

**ÉQUIPE DU JOURNAL**  
Denis Guay, responsable  
Claire Simoneau au montage  
Yvan Gravel à la prise de photos.  
Les correcteurs du journal sont :  
Gérard-Raymond Guay, Louise Guay, Clémence Prévost et Francine Sénéchal.

**Numéros utiles**  
AREQ : 418-525-0611 ou 1-800-663-2408  
Assurances RésAut (La Personnelle) : 1-888-groupes  
RETRAITE QUÉBEC : 418-643-4881 ou 1-800-464-5533  
RAMQ : 418-646-4636 ou 1-800-561-9749  
RRQ : 418-643-5185 ou 1-800-463-5185  
SSQ-VIE : 418-651-6962 ou 1-888-833-6962  
Sécurité de Vieillesse : 1-800-277-9915  
SAAQ : 418-643-7620 ou 1-800-361-7620  
Maison des Aînés, Lévis : 418-838-4100  
Patro de Lévis : 418-833-4477

Site Internet de l'AREQ 03 G  
<http://louisfrechette.araq.lacsq.org/>



Date de tombée des articles  
 Pour la prochaine édition : 1<sup>er</sup> juin 2016  
 Faire parvenir les articles à Denis Guay  
[guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)

**AREQ LOUIS-FRÉCHETTE**  
 Denis Guay au 197, rue du Tadoussac  
 Lévis (Québec) G6V 7C8  
 Téléphone : 418-837-3265  
 Messagerie : [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)

Gestionnaire du site Web Louis Fréchette  
 Martine Lagacé et Jacques Brochu  
[louis.araq03g@gmail.com](mailto:louis.araq03g@gmail.com)

<b>CANADA POSTES</b>	
<b>POST</b>	
Postage paid	Port payé
Publications Mail	Poste-publications
<b>Convention # 40 739 048</b>	

**MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL**

Président : Denis Guay .....418-837-3265 ..... [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)  
 1<sup>e</sup> v.-prés. : Louise Guay .....418-833-9809..... [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)  
 2<sup>e</sup> v.-prés. : Vivianne Gonneville .....418-259-2562..... [ange003@videotron.ca](mailto:ange003@videotron.ca)  
 Trésorière : Lise Patoine .....418-479-2900..... [lisepatoine@globetrotter.net](mailto:lisepatoine@globetrotter.net)  
 Secrétaire : Claude Couture..... 418-831-7181 ..... [classeclaude@hotmail.com](mailto:classeclaude@hotmail.com)  
 2<sup>e</sup> conseiller : Robert Hins.....418-885-4694..... [rhins@videotron.ca](mailto:rhins@videotron.ca)

**Responsables délégués aux comités régionaux**

Les assurances : Nicole Talbot 819-604-7004 ..... [n-talbot@videotron.ca](mailto:n-talbot@videotron.ca)  
 L'environnement : Denis Guay 418-837-3265 ..... [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)  
 La condition féminine : Micheline Héroux 418-833-5360 ..... [michelinegagne@hotmail.com](mailto:michelinegagne@hotmail.com)  
 La condition masculine : Michel Jacques 418-387-6920 ..... [nimic45@globetrotter.net](mailto:nimic45@globetrotter.net)  
 L'indexation : Marcel Morin 418-885-4725 ..... [mjam45@hotmail.com](mailto:mjam45@hotmail.com)  
 Le sociopolitique : Jacques Olivier 819-604-7004 ..... [n-talbot@videotron.ca](mailto:n-talbot@videotron.ca)

Afin de protéger nos droits d'auteur, nous avons obtenu  
 notre numéro international normalisé des publications e  
 série :

ISSN 1913-2247 NOUVEL ENVOL (Imprimé)  
 ISSN 1913-2255 NOUVEL ENVOL (En ligne)



Reproduit par Imprimerie Guay  
 C.P. 50058, Lévis (Québec)  
 G6V 4R5 Tél. 418-837-1583  
 Fax 418-948-9269  
 Courriel : [info@imprimerieguay.ca](mailto:info@imprimerieguay.ca)

